# 一年级体育教学计划第一学期 学期教学计划体育(优秀11篇)

来源：网络 作者：心上花开 更新时间：2025-05-18

*时间流逝得如此之快，我们的工作又迈入新的阶段，请一起努力，写一份计划吧。优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编整理的个人今后的计划范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。一年级体育教学计划第一学期篇一1.指导思想在《新课程...*

时间流逝得如此之快，我们的工作又迈入新的阶段，请一起努力，写一份计划吧。优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编整理的个人今后的计划范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

**一年级体育教学计划第一学期篇一**

1.指导思想

在《新课程标准》中，明确地规定了小学体育的目的：“通过体育教学，向学生进行体育卫生保健教育，增进学生健康，增进体质，促进德、智、体全面发展，为提高全民族的的素质奠定基础。

2.教学目标

(1)进一步了解上体育课和锻炼身体的好处，知道一些保护身体健康的简单常识和方法。

(2)进一步学会一些基本运动，游戏，韵律活动和舞蹈的方法发展身体素质和基本活动能力。

(3)体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作

3.新课程体育教学具有“健康第一”的指导思想。学校体育是以“增强体质为中心”，比较忽视心理健康和社会适应这两个健康维度，而新课程是一门综合性的学科，是以促进学生身体、心理和社会适应能力整体健康水平的提高为目标，健康不仅是没有病或不虚弱，而且是生理、心理和社会等方面都处于良好的状态。而体育与健康新课程的全面实施将加快学校向“健康育人”的终身体育观念转变的步伐，明确指出了“健康第一”的指导思想，着眼于普遍提高全体学生的体质水平、促进身心的和谐发展与提高学生社会适应能力，完善以“动”为主的课程体系和身体素质、心理素质和适应社会能力“三维健康”的课程目标指向，培养学生的创新能力和实践能力，更好的推动素质教育在学校全面实施。

4.主体地位真正确立，被动学习方式逐渐减少。在体育教学中，学生是主体，教师是主导已不是现代教学的模式，学生自主学习、探究学习、合作学习等方式更受重视，因而教师要摒弃就教而教的观念，使学生由被动的、静态的学习；转变到主动的、动态的学习，发扬学习的主动精神、自主意识，体现学生的主体作用，把学生学习的主动权交给学生，学生的主体作用才能得以发挥。而学生的主体意识经常会处于不稳定阶段，有的学生由于缺少学习体育的良策及刻苦精神，往往屡遭挫折，使自已的情绪低落，进取心减弱，甚至自暴自弃，不想学习，这时教师应努力从“教”的角度去唤起，比如说可以教材简单化、细微化，增强学生“学”的意识，使学生由潜在的发展主体转变为现实的发展主体，教师应总结教学经验，让学生知晓体育学习的目标，并制定适于学生各种特点的学习策略，鼓励学生自觉克服困难、主动参与锻炼，在练习中发现自己的潜能，产生学习和发展的内在动力，使自己成为体育教学的主体。当然，体育教学中教师的教，学生被动的学并不是不行的，而应是传授式的教学方式在减少，即使存在被动的学习也是为将来更主动学习。

1.我任教五年级三个班，学生通过这几年的上课基本了解上课的要求，学习习惯正在逐步养成。根据学生生理特点来看，灵敏和柔韧性是这段时期重点发展的项目，同时有必要辅助速度练习。

2.五年级的测试项目是400米，这就要求在课堂上注重学生全面发展，侧重学生的柔韧练习。

3.根据了解的情况来看，学生的柔韧成绩还可以，学生的体形练习需要进一步提高。同时为更好的服务于以后，要多做些速度练习。

1.根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具。

2.在教学中，加强与重视“三基教学”同时要注意对学生能力的培养，努力完成体育三个方面的任务。

3.教学原则、教学方法的运用，要从增强学生体质出发，根据青少年的心理生理特点及学生的实际情况，科学地安排好、密度和运动量。

体育与健康水平三教学进度

课次教学内容

1复习出升的太阳1—5节

2复习出升的太阳6--7

3复习出升的太阳的全部动作

4复习徒手操

5跳跃

6游戏

7集体舞------铃铛响叮当

8集体舞------铃铛响叮当

9游戏中奔跑

10侧面投掷轻物

11直线快速跑

12站立式起跑

13对墙投掷小沙包、立定跳远

14后滚翻

15原地侧面投掷垒球

1650米快速跑

17跑动中手臂的摆动

18原地侧面投掷垒球

19后滚翻

20蹲距式跳远的单跳双落动作

21障碍赛跑和跳短绳

22蹲距式跳远的单跳双落动作

23原地侧向投掷排球

24出升的太阳全套操动作

25投掷活动

26蹲距式跳远

27换物接力跑蹲距式跳远

28原地侧面投掷垒球

29多种游戏

30蹲距式跳远踏跳和空中举腿动作

31篮球运球

32原地各种简单传球练习（篮球）

33行进间运球

34换物接力跑蹲距式跳远

35各种短绳活动

36综合练习

37各种运球练习

38长绳和短绳

**一年级体育教学计划第一学期篇二**

内容

1跑：６００—８００米自然地形跑 游戏：抓尾巴

2韵律活动：集体舞 嘀哩嘀哩 跑：高抬腿跑

3小足球：熟悉球性 游戏：障碍赛跑

4跑：３０—５０米放松跑 校本教材

5韵律活动：集体舞 嘀哩嘀哩 跑：３０米迎面接力跑

6投掷：双手向前抛实心球 小足球：带球过障碍

7韵律活动：集体舞 嘀哩嘀哩 跑：３０米迎面接力跑

8投掷：双手向后抛实心球 游戏：跳房子

9跑：３０米障碍跑 校本教材

10投掷：双手向前（后）抛实心球

小足球：脚内（外）侧运球传球

11跑：３０米障碍跑 游戏：抛秧比赛

12投掷：两脚前后站立投掷轻物

小足球：脚内（外）侧运球传球

13韵律活动：舞步 点步、踢踏步 跑：５０米快速跑

14投掷：两脚前后站立投掷轻物 小足球：脚内（外）侧传接球

15跑：５０米快速跑 游戏：机器人

16跑：素质测验 ５０米快速跑 校本教材

17投掷：两脚前后站立投掷垒球 小足球：脚内侧传接球

18武术：五禽戏 上山虎 游戏：套圈接力跑

19韵律活动：集体舞 小风车 投掷：两脚前后站立投掷垒球

20小足球：运球过障碍 游戏：搬运接力

21投掷：素质测验 原地投掷垒球 校本教材

22武术：五禽戏 单臂熊 游戏：机器人

23跳跃：单足起跳跳过６０—８０厘米的障碍物

小足球：射门练习

24韵律活动：集体舞 小风车

单足起跳跳过６０—８０厘米的橡皮筋

25武术：五禽戏 斜飞鹤 技巧：复习前滚翻

26跳跃：跨越式跳高 游戏：角力

27技巧：后滚翻 小足球：五人制足球赛

28韵律活动：集体舞 小风车 校本教材

29技巧：后滚翻 游戏： 黄河 长江

30技巧：前滚翻两腿交叉转体１８０度 校本教材

31跳跃：跨越式跳高 校本教材

32武术：五禽戏 全套动作复习 小足球：五人制足球赛

33韵律活动：集体舞 小风车 跳跃：跨越式跳高

34武术：五禽戏 全套动作复习

技巧：前滚翻两腿交叉转体１８０度接后滚翻

35技巧：创编动作 游戏：８字接力跑

36跳跃：跨越式跳高 校本教材

37技巧：创编动作练习 游戏：抛秧比赛

38跳跃：跨越式跳高 武术：五禽戏表演

39

技巧：创编动作练习 游戏：猜拳跨大步

40跳跃：跨越式跳高 校本教材

41技巧：创编动作展示 游戏：大渔网

42技巧：创编动作展示 校本教材

43体育常识：游泳 室内游戏

44健康常识：做眼保健操要注意什么 室内游戏

45养生之道：目要常运 耳要常弹 室内游戏

46安全常识：上体育课要注意安全 室内游戏

47健康常识：为什么饭后或空腹不能运动 室内游戏

48健康常识：游泳的\'卫生 室内游戏

**一年级体育教学计划第一学期篇三**

《体育（与保健）课程标准》的核心是惯彻；的指导思想，促进学生健康成长，充分体现了；的教学，有利于学生身心发展和终身学习，具有与时俱进性，开拓创新性，纲领性，方向性和指导性。而传统的体育教学计划中的教学目标表述，是以教材为中心和以教师为中心，缺少明确的导向作用，因此对学生的学习效果难以进行有序有效的做出客观评价。在实施新课程改革中，要贯彻新课标，运用新理念整体育与保健基础知识，也是推进素质教育的主要课程，为了发展体育与保健的综合能力打基础。本学期根据体育《新课标》中，明确地规定了小学体育的目的：\"通过教师与学生互动性体育教学，向学生进行体育卫生保健教育，增进学生健康，增进体质，促进德，智，体全面发展，为提高全民族的的素质奠定基础。

在小学体育教学中多以跑、跳为主，在走和跑的练习中，主要发展学生的速度、耐力为主要的练习内容，全面提高学生的身体素质；在跳的练习中，主要发展学生的弹跳能力为主要的练习内容，如：跨越式跳高，立定三级跳等；在发展力量方面，主要以投掷实心球为主；在技巧方面，主要以垫上练习和简单体操为主。

体育教学是以增进学生健康，增强学生体质，促进德、智、体全面发展为主要目的，在本学期中要积极做到以下三点：

1、掌握基本的卫生保健常识懂得简易急救及体育常识。

2、掌握快速跑、耐久跑的动作技术及1分钟跳绳的动作要求，提高学生的运动能力。

3、对学生的运动能力得到稳步提高。

根据新课标和教材要求、五年级的各项内容，主要以快速跑、耐久跑，跳远，掷实心球为主要内容，在教学中应注重加强学生的身体素质的练习及身体姿势的培养；在教学中的难点主要是耐力和力量的发展及提高。

1、跑和游戏

2、跳跃与游戏

3、投掷与游戏

4、小篮球的基本技术与游戏

5、韵侓操与游戏

6、武术的基本技术

7、体育与心理健康

8、考核

**一年级体育教学计划第一学期篇四**

内容

1跑：600—800米自然地形跑游戏：抓尾巴

2韵律活动：集体舞嘀哩嘀哩跑：高抬腿跑

3小足球：熟悉球性游戏：障碍赛跑

4跑：30—50米放松跑校本教材

5韵律活动：集体舞嘀哩嘀哩跑：30米迎面接力跑

6投掷：双手向前抛实心球小足球：带球过障碍

7韵律活动：集体舞嘀哩嘀哩跑：30米迎面接力跑

8投掷：双手向后抛实心球游戏：跳房子

9跑：30米障碍跑校本教材

10投掷：双手向前（后）抛实心球

小足球：脚内（外）侧运球传球

11跑：30米障碍跑游戏：抛秧比赛

12投掷：两脚前后站立投掷轻物

小足球：脚内（外）侧运球传球

13韵律活动：舞步点步、踢踏步跑：50米快速跑

14投掷：两脚前后站立投掷轻物小足球：脚内（外）侧传接球

15跑：50米快速跑游戏：机器人

16跑：素质测验50米快速跑校本教材

17投掷：两脚前后站立投掷垒球小足球：脚内侧传接球

18武术：五禽戏上山虎游戏：套圈接力跑

19韵律活动：集体舞小风车投掷：两脚前后站立投掷垒球

20小足球：运球过障碍游戏：搬运接力

21投掷：素质测验原地投掷垒球校本教材

22武术：五禽戏单臂熊游戏：机器人

23跳跃：单足起跳跳过60—80厘米的障碍物

小足球：射门练习

24韵律活动：集体舞小风车

单足起跳跳过60—80厘米的橡皮筋

25武术：五禽戏斜飞鹤技巧：复习前滚翻

26跳跃：跨越式跳高游戏：角力

27技巧：后滚翻小足球：五人制足球赛

28韵律活动：集体舞小风车校本教材

29技巧：后滚翻游戏：黄河长江

30技巧：前滚翻两腿交叉转体180度校本教材

31跳跃：跨越式跳高校本教材

32武术：五禽戏全套动作复习小足球：五人制足球赛

33韵律活动：集体舞小风车跳跃：跨越式跳高

34武术：五禽戏全套动作复习

技巧：前滚翻两腿交叉转体180度接后滚翻

35技巧：创编动作游戏：8字接力跑

36跳跃：跨越式跳高校本教材

37技巧：创编动作练习游戏：抛秧比赛

38跳跃：跨越式跳高武术：五禽戏表演

39

技巧：创编动作练习游戏：猜拳跨大步

40跳跃：跨越式跳高校本教材

41技巧：创编动作展示游戏：大渔网

42技巧：创编动作展示校本教材

43体育常识：游泳室内游戏

44健康常识：做眼保健操要注意什么室内游戏

45养生之道：目要常运耳要常弹室内游戏

46安全常识：上体育课要注意安全室内游戏

47健康常识：为什么饭后或空腹不能运动室内游戏

48健康常识：游泳的\'卫生室内游戏

**一年级体育教学计划第一学期篇五**

初步了解青春期体育卫生知识，掌握体育保健常识，学会合理的体育锻炼方法，指导自己从事体育实践，促进身体全面发展。

教学内容

1、足球运动简介

2、奥运会简介

3、人体的感觉器官

4、人体的神经系统

5、青春期体育卫生

6、女生例假时的体育卫生

7、长跑卫生8、心理卫生

9、运动后恶心、呕吐的处理

10、体育欣赏

11漫谈篮球运动

12漫谈排球运动13漫谈乒乓球运动

14体育节有关知识

培养学生快乐的学习，快乐的活动，集体参与体育，能积极参加体育活动，并能享受的运动后的快乐感，利用各大节日等教学情境进行教学，培养学生的兴趣。

1、模仿庆六一活动

2、祖国的生日

教学目标

了解校本课程的基本内容，掌握皮筋游戏的基本方法和作用，学会各种皮筋游戏，并和同伴合作完成比赛和教学活动，并能对游戏进行改编和延伸。提出改进方法和建议。

教学内容

1、各类游戏学会4——5种

2、改编、延伸或创造1—2种皮筋游戏

3、对1——2个游戏提出自己的想法和建议

2、学习中一二站位和基本战术

3、传、垫、发球的基本练习

（优秀：8个以上；良好：7~5；合格4~2；不合格：2个以下）

（优秀：5个以上；良好：3；合格2；不合格：1个）

小学中高段学生已具备一定的理解能力，身体协调性、灵敏性及上肢爆发力等身体素质都有所提高，要求学生在掌握乒乓球基础知识之外必须掌握一些常用的乒乓球技术技巧，包括发球、接发球技术，发球抢攻战术等。

1、假动作抢截球——左虚抢右截。

2、大腿停球——相隔5米互抛停球。

3、技术连接能力练习——脚内侧接球加转身外脚背运球、踩停球接同向脚内侧运球。

4、身体素质练习——三角形30米跑、立定跳远。

5、局部攻守战术配合——2对1攻防、3对2攻防。

6、5对5、7对7比赛——一般防守比赛

1、假动作抢截球——左虚抢右截。

2、技术连接能力练习——踩停球换脚外脚背运球、脚内侧停球接射门。

3、身体素质练习——25米折返跑、足弓轻敲球。

4、局部攻守战术配合——2对1、3对2攻防练习和定位球配合。

5、7对7比赛——正规比赛

六年级掌握5人制、7人制足球竞赛规则，学习局部进攻战术（直传斜插二过一，斜传直插二过一，踢墙式二过一），了解两种全队战术（快速反击战术、边路进攻战术）。

目标熟练掌握各种原地和进行间的队列队形变换并能运用到各种集会等实践中去

1、正步走――立定

2、向左（右）转走

**一年级体育教学计划第一学期篇六**

一年级第二学期体育教学作计划指导思想:学校体育工作是学校整体工作的一项重要任务,是学校的精神文明窗口,也是反映我校办学理念的重要标志,本学期体育教学以贯彻中小学体育新大纲,新课标,加强思想道德建设为基本要求,全面促进学生发展为目标.为做好体育教育教学工作,完成教育教学任务,特制定本学期教学工作计划。

一年级体育学年目标：全面锻炼学生身体，促进学生身心和谐发展培养学生具有健康的体魄，使学生初步了解体育锻炼对身体健康的影响,掌握部分保护自身健康和安全的基础常识,教育学生热爱生命,关心健康，使学生学会一些基本运动和游戏。

1、本学期一年级体育工作以\"完善中规范,规范中提高,提高中创新,创行中发展\"为主要思路组织教学。

2、以课堂教学,课间操,运动队、晨跑为重点工作.

1、基本功训练,努力提高教学水平和业务能力,做好体育常规教学工作。

2、认真组织学习意外伤害事故处理意见,做好应急预案。

3、提高课间操质量,全面提高学生素质,使体育教学成为学校整体工作的亮点。

4、加强教研组活动,充分利用教研组活动时间学习体育新标准,训练基本功,交流教育教学经验。

5、做好体育运动队训练选拔工作,重点抓住尖子运动员的训练工作。

本学年第二学期的任务：

1、全面落实学校常规教学的工作要求。

2、教会学生掌握一项基本的体育器材（跳绳），进行身高、体重等几个项目的考核。

3、组织一年级学生进行跳绳比赛。

4、组织学校篮球队进行训练。

5、组织好本年级的学生参加晨跑活动。

6、继续抓好学校体育宣传栏的工作。

1、注意设计和组织好各节课的教学内容和组织形式。

2、结合情景教学，愉快教学的理论指导课堂，提高教学质量。

3、结合游戏进行思想品德教育。

4、结合游戏渗透环保教育。

**一年级体育教学计划第一学期篇七**

20xx年三年级体育第二学期教学工作计划提要：本学年第一学期的任务：50米直线跑、跳绳、立定跳远、前滚翻和游泳、早操几个项目的考核和准备下学年镇队形队列操的评比检查。

随着新课标的改革中三年级的学生，经过二年级的学习，大部分学生学会基本的体育技能，如：直线跑、单脚跳、跳绳、游泳等，但是动作技能掌握不好，许多动作不协调、有多余动作等问题。而且他们都活泼好动，天真烂漫，喜欢节奏较强的运动，也喜欢游泳和游戏，爱接触新鲜的事物，但他们的注意力易受干扰而分散，需要时时提醒。因此，我在教学过程中常把要学习的东西结合游戏进行教学，着重提醒他们动作的重点和难点，从而提高学习和参与体育运动的积极性。

本学年第一学期的任务：50米直线跑、跳绳、立定跳远、前滚翻和游泳、早操几个项目的考核和准备下学年镇队形队列操的评比检查。利用游戏等多种手段对学生进行环保教育。

主要措施：

1、注意设计和组织好各节课的教学内容和组织形式。

2、结合情景教学，愉快教学的理论指导课堂，提高教学质量。

3、结合课堂教学进行环保教育

4、结合游戏进行思想品德教育。

5、结合我校开展“友伴分组教组织形式”进行教学。

年级体育课时计划

周次 课次 教材内容

一

1 体育、卫生健康知识

2 早操、游戏

二

1 50米直线跑、早操、

2 25米往返跑、游戏

三

1 队列队形、跳绳

2 队列队形、跳绳、游戏

四

1 早操、跳绳

2 队列队形、前滚翻

五

1 队列队形、前滚翻

2 早操、游戏

六

1 25米往返跑、早操、游戏

2 早操、游戏

七

1 队列队形、投掷

2 队列队形、游戏

八

1 早操、投掷

2 25米往返跑、游戏

九

1 队列队形、投掷

2 队列队形、游戏

十

1 考核、游戏

2 早操、

**一年级体育教学计划第一学期篇八**

本站后面为你推荐更多学期教学计划体育！

一、指导思想

认真学习“体育与健康教育”新课标，把“生活教育”的理念渗入到新课程中，高中体育教学计划。坚持“健康第一”的指导思想，以促进学生健康成长为目标，激发学生运动兴趣，培养他们终身体育的意识。在教学中，重视学生的主体地位，发挥他们的创造力，以学生发展为中心；关注个体差异与不同需求，确保每一位同学受。在高中学习中，文化课固然重要，可是身体素质也是很重要的，这就是体育锻炼和健康教育的问题了，所以说在高中的时候，体育和健康教学必须要实行下去。

二、基本情况分析

学生进入高二上期，身体素质较初中有了明显提高，各方面能力也在提高，而同时学习任务较重，这个时期的教学要注意教学的`艺术，要提高学生进行体育锻炼的兴趣，使学生在体育课上全员参与，提高身体素质，减轻学习压力。

三、本期学习的主要任务和目的本学期教学内容为高中体育第一册：体育与健康基础知识、田径、体操、球类等内容。学生虽然进入了高中，对体育与健康课程有了一定的了解，但学生学习体育与健康课的自觉性、主动性仍较差。为此，在教学中，要让学生从被动学习到主动去练习，提高学生的体育与健康素养。因此在教学中应注重能力的培养。

学习目的1、深入了解体育教材的内容和教学手段，懂得体育锻炼对身体的作用，增长体育知识，并自觉地进行身体锻炼。

2、学习一些基本体操，加强协调性练习。通过素质练习，提高学生跑、跳、投的能力。进一步促进身体正常发育和内脏器官机能的发展。

3、进一步学习和掌握上期所学的内容。使之学为所用，提高体育达标成绩。

4、培养学生的组织纪律性和顽强拼搏精神、吃苦耐劳的意志品质。加强爱国主义教育。

四、教学措施

1、课堂教学时尽量利用学校现有的场地和器材，力求基础知识教学与基本技能训练相结合。

2、上课讲解时，做到声音要宏亮、吐词清晰，组织得端，示范准确。教法要因地制宜，灵活多变。

3、抓好两操及课外活动，促进学生身体素质全面发展。

4、积极配合学校组织学生开展各种形式的体育活动。

五、教学内容及课时安排

第1周开学工作、制定教学计划、器材准备等

第2—5周 复习并纯熟掌握第三套广播体操—舞动青春

第6—9周 球类 篮球单手肩上投篮和排球正面双手传接球

第10—14周 跑：耐久跑 200米全程计时跑、弯道跑

跳跃：跳长绳、短绳

投掷：双手从体前后抛实心球

游戏：猜猜谁是领头羊、听数抱团、开火车

第15—18周 力量、柔韧性训练、俯卧撑、坐位体前屈

跳跃训练 单双腿连续跳

第19周 温习预备体育测验

第20周 报送成绩

**一年级体育教学计划第一学期篇九**

在《大纲》中，明确地规定了小学体育的目的.：“通过体育教学，向学生进行体育卫生保健教育，增进学生健康，增进体质，促进德、智、体全面发展，为提高全民族的的素质奠定基础。”

小学四年级的学生情绪变化较大，运动能力有一定的发展，上课喜欢玩，运动系统发育不成熟，肌肉力量和协调性较差，想象创造力丰富，学习兴趣易激发，应该努力培养学生主动进取的态度，掌握好学习方法，把握学习规律，让学生在学习过程中去探讨，去发现，去创造，将学生身心作为一个整体，通过合理的运动实践，在不断客服困难体验运动乐趣，提高运动技能，培养将康和愉快生活的态度，通过从事适宜的运动，了解自己的身体变化，增强体质，培养坚强的意志。

1、使学生初步认识自己的身体和掌握锻炼身体的简单知识及方法，学会一些体育、卫生保健的安全常识，培养认真锻炼身体的态度。

2、初步学习田径、体操、小球类、民族传统体育、韵律活动和舞蹈等项目的基本技术，掌握简单的运动技能，进一步发展身体素质，提高身体基本活动能力。

3、培养学习各项基本技术的兴趣和积极性，以及勇敢，顽强，胜不骄、败不馁，自觉遵守规则，团结协作等优良品质。

1、学习目的明确，积极自觉的上好体育课。注意听讲，积极学习掌握必要的体育基本知识技能与科学锻炼身体的方法，逐步养成自觉锻炼的习惯。

2、上体育课，着装要轻便，整齐，做到穿轻便运动鞋上课，不带钢笔，小刀等提前按教师要求，在指定地点等候上课。站队时要做到快、静、齐。

3、不得无故缺课，不迟到、不早退，服从领导，听从指挥，遵守课堂各项规定。

4、在课堂上严格执行教师的各项要求，不经允许不得随意移动器材教具要严格执行教师规定的各项保护措施。

5、要爱护体育器材，不得有意损害各种体育设备和用品，课后要按教师的要求如数送还各种器材。

第一周1、引导课2、50米快速跑

第二周1、蹲跳起2、长绳、短绳

第三周1、自然地形跑2、跳马

第四周1、队列练习、接力2、短绳

第五周1、30米跑2、障碍跑

第六周1、绕物接力2、垒球

第七周1、打篮球2、垒球、短跑

第八周1、接力跑、跳高2、跳短绳

第九周1、跳高、接力2、各种运球练习

第十周1、篮球活动2、10×4往返跑

第十一周1、足球

第十二周1、投掷、短跑2、跳远

第十三周1、跳高2、原地侧面投掷垒球

第十四周1、垒球投掷2、游戏

第十五周1、跳高2、跨越式跳高

第十六周综合练习

第十七周复习

第十八周考试

**一年级体育教学计划第一学期篇十**

本站后面为你推荐更多学期教学计划体育！

一、学生概况分析

随着新课标的改革中三年级的学生，经过二年级的学习，大部分学生学会基本的体育技能，如：直线跑、单脚跳、跳绳、游泳等，但是动作技能掌握不好，许多动作不协调、有多余动作等问题。而且他们都活泼好动，天真烂漫，喜欢节奏较强的运动，也喜欢游泳和游戏，爱接触新鲜的事物，但他们的注意力易受干扰而分散，需要时时提醒。因此，我在教学过程中常把要学习的东西结合游戏进行教学，着重提醒他们动作的重点和难点，从而提高学习和参与体育运动的积极性。

二、本学年教学任务及主要教学措施

本学年第一学期的任务：30米直线跑、跳绳、立定跳远、前滚翻和游泳、早操几个项目的考核和准备下学年镇队形队列操的评比检查。利用游戏等多种手段对学生进行环保教育。

主要措施：

1、注意设计和组织好各节课的教学内容和组织形式。

2、结合情景教学，愉快教学的理论指导课堂，提高教学质量。

3、结合课堂教学进行环保教育

4、结合游戏进行思想品德教育。

5、结合我校开展“友伴分组教组织形式”进行教学。

**一年级体育教学计划第一学期篇十一**

一、学生分析

对于刚进校门的学生，年龄较小，接触的东西少，对他们来说什么都是新鲜的，他们都喜欢接受新知识，但是他们的注意力也很容易分散，缺乏耐心，对于一些难度较大的知识接受比较慢，特别是对某些协调性要求较强的东西，力量也比较差，男生活泼好动，组织纪律性观念不强，但表现欲强；女生和男生一样活泼，应多以游戏为主，在其中进行组织纪律性教育，养成学生良好的习惯。

二、教材分析

小学体育教材较为简单，内容主要有：体育基础知识、基本体操、田径类的跳跃和投掷（轻物掷远 抛接球）、体操（团身前后滚动和前滚翻）、队列练习、走跑练习（30米跑 和300-500跑走交替）、基本步法练习。内容简单却是最基础的，要让学生从一开始就养成良好的动作习惯，对于难度较大的项目，教师在注意安全的前提下应当适当降低动作难度，多加以引导，从学生基础能力开始培养，养成终身体育的好习惯。

三、教学目标及重难点

教学目标

1、掌握基本的体育基础知识，明确体育锻炼的作用，在锻炼中运用学习新知识，并不断巩固和提高。

2、从基础锻炼做起，进一步增强体质，特别注意培养耐力素质和力量素质。

3、通过体育锻炼，培养集体主义精神，进行爱国主义教育，增强自信心，为终身体育打下坚实的基础。

教学重点：基本队列的练习以及田径的各种走跑跳和投掷动作。

教学难点：体操动作。

四、教学措施

1、教师认真贯彻小学体育教学大纲的精神，精心备课，充分上好每一堂课。

2、小学低年级阶段的教学，要根据低年级学生自制力和理解离较差、情绪变化较大，而身心发育快的特点，多采用主题教学、情景教学等方法，充分发挥游戏的作用，激发学生参与体育活动的兴趣。

3、多鼓励新生在课堂上大胆做示范，并提出问题，对这方面表现好的同学进行表扬。

4、教学中教师注重培养学生良好的习惯，保证正确的跑走姿势，并对学生及时给予表扬。

5、教师要将学过的知识，有机地穿插到课堂教学中去，以达到提高的目的。积极组织课外活动小组，引导学生提高认识，做到优生优培，差生转化。

6、教师加强各方面学习，提高理论水平，以理论指导实践，虚心向有经验的老教师学习，总结经验教训。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn